Rezept zur Verbesserung

Francisco C. Xavier

José Grosso

REZEPT ZUR VERBESSERUNG

1- Zehn Gramm Vernunft im Kopf.

2- Gelassenheit im Geist.

3- Ausgewogenheit im Denken.

4- Erhebung der Gefühle.

5- Reinheit in den Augen.

6- Wachsamkeit in den Ohren.

7- Geschmeidigkeit im Nacken.

8- Zungenbrecher verwenden

9- Liebe im Herzen.

10- Nützlicher und unermüdlicher Einsatz der Arme.

11- Einfachheit im Magen.

12- Gute Führung der Füße.

Täglich mit gutem Willen die Temperatur anwenden.